

**PERBEDAAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DITINJAU DARI  
STRATEGI *COPING* PADA NARAPIDANA LAPAS  
KELAS II A AMBARAWA**

**OLEH**

**WIDYASANTI AYUNINGTYAS**

**802012114**

**TUGAS AKHIR**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Guna Memenuhi Sebagian Dari Persyaratan  
Untuk Mencapai Gelar Sarjana Psikologi**

**Program Studi Psikologi**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA  
SALATIGA  
2016**



## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : WIDYASANTI AYUNINGTYAS  
NIM : 802012114 Email : widyasantiayuningtyas@gmail.com  
Fakultas : PSIKOLOGI Program Studi : PSIKOLOGI  
Judul tugas akhir : PERBEDAAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DITINJAU DARI STRATEGI COPING PADA NARAPIDANA LAPAS KELAS II A AMBARAWA  
Pembimbing : 1. KRISMI DIAH AMBARWATI, M.Psi.  
2. \_\_\_\_\_

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Kristen Satya Wacana maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan penelitian/implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan disetujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Kristen Satya Wacana.

Salatiga, 1 Juni 2016



Widyasanti Ayuningtyas

Tanda tangan & nama terang mahasiswa





## PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : WIDYASANTI AYUNINGTYAS  
NIM : 802012114 Email : widyasantiayuningtyas@gmail.com  
Fakultas : PSIKOLOGI Program Studi : PSIKOLOGI  
Judul tugas akhir : PERBEDAAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DITINJAU DARI  
STRATEGI COPING PADA NARAPIDANA LAPAS KELAS II A  
AMBARAWA

Dengan ini saya menyerahkan hak *non-eksklusif*\* kepada Perpustakaan Universitas – Universitas Kristen Satya Wacana untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut (beri tanda pada kotak yang sesuai):

- ☒ a. Saya mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA
- ☐ b. Saya tidak mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA\*\*

\* Hak yang tidak terbatasnya bagi satu pihak saja. Pengajar, peneliti, dan mahasiswa yang menyerahkan hak non-eksklusif kepada Repositori Perpustakaan Universitas saat mengumpulkan hasil karya mereka masih memiliki hak copyright atas karya tersebut.

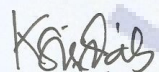
\*\* Hanya akan menampilkan halaman judul dan abstrak. Pilihan ini harus dilampiri dengan penjelasan/ alasan tertulis dari pembimbing I dan diketahui oleh pimpinan fakultas (dekan/kaprodi).


Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Salatiga, 1 Juni 2016

1956

Mengetahui,

  
Krisni Deah Ambarwati, M.Psi.  
Tanda tangan & nama terang pembimbing I

  
Widyasanti Ayuningtyas  
Tanda tangan & nama terang mahasiswa

Tanda tangan & nama terang pembimbing II

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN  
AKADEMIS

Sebagai civitas akademika Universitas Kristen SatyaWacana (UKSW), saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Widyasanti Ayuningtyas  
NIM : 802012114  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana  
Jenis karya : Tugas Akhir

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UKSW hal bebas royalti non-eksklusif (*non-exclusive royalty freeright*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**PERBEDAAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DITINJAU DARI  
STRATEGI *COPING* PADA NARAPIDANA LAPAS  
KELAS II A AMBARAWA**

Dengan hak bebas *royalty non eksklusif* ini, UKSW berhak menyimpan, mengalih media/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya, selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

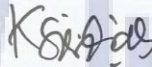
Dibuat di : Salatiga  
Pada tanggal : 20 April 2016  
Yang menyatakan,



Widyasanti Ayuningtyas

1956

Mengetahui,  
Pembimbing



Krismi Diah Ambarwati, M.Psi



PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Widyasanti Ayuningtyas

Nim : 802012114

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir, judul :

**PERBEDAAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DITINJAU DARI  
STRATEGI *COPING* PADA NARAPIDANA LAPAS  
KELAS II A AMBARAWA**

Yang dibimbing oleh :


Krismi Diah Ambarwati, M.Psi

Adalah benar – benar hasil karya saya.

Di dalam laporan tugas akhir ini tidak terdapat keseluruhan atau sebagian tulisan atau gagasan orang lain yang saya ambil dengan cara menyalin atau meniru dalam bentuk rangkaian kalimat atau gambar serta simbol yang saya akui seolah-olah sebagai karya sendiri tanpa memberikan pengakuan kepada penulis atau sumber aslinya.

Salatiga, 20 april 2016

Yang memberi pernyataan,



Widyasanti Ayuningtyas

**LEMBAR PENGESAHAN**

**PERBEDAAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DITINJAU DARI  
STRATEGI *COPING* PADA NARAPIDANA LAPAS  
KELAS II A AMBARAWA**

Oleh

Widyasanty Ayuningtyas

802012114


**TUGAS AKHIR**

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Guna Memenuhi Sebagian Dari Persyaratan Untuk  
Mencapai Gelar Sarjana Psikologi

Disetujui pada tanggal : 3 Mei 2016

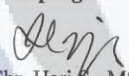
Oleh :

**Pembimbing,**

  
Krismi Diah Ambarwati, M.Psi

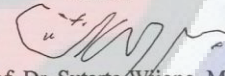
Diketahui oleh,

**Kaprodi**

  
Dr. Chr. Hari S., MS.

Disahkan oleh,

**Dekan**

  
Prof. Dr. Sutarto Wijono, MA.

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA**

**SALATIGA**

**2016**

**PERBEDAAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DITINJAU DARI  
STRATEGI *COPING* PADA NARAPIDANA LAPAS  
KELAS IIA AMBARAWA**

**Widyasanti Ayuningtyas**

**Krismi Diah Ambarwati**

**Program Studi Psikologi**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA  
SALATIGA  
2016**

### Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat *psychological well being* ditinjau dari strategi *coping* pada narapidana di LAPAS kelas IIA Ambarawa. Metode pengumpulan data menggunakan skala *Psychological well being* yang di kembangkan oleh Ryff (1995) dan skala strategi *coping* yang dikembangkan oleh Lazarus dan Folkman (1985). Penelitian di lakukan di LAPAS kelas IIA Ambarawa dengan populasi sebanyak 146 dan untuk pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* sehingga didapat subjek sebanyak 110. Hasil penelitian menggunakan uji t-test dengan perolehan sig 2-tailed sebesar 0,163 ( $p>0,05$ ), yang berarti tidak terdapat perbedaan *psychological well being* jika ditinjau dari strategi *coping*.

Kata kunci : *Psychological well-being*, *Strategi coping*, Narapidana



### ***Abstract***

*The purpose of this research is to acquire the difference level of psychological wellbeing viewed through applied coping strategies to inmates in Ambarawa Class II A prison. The method to collect the data was using the scale of psychological well being developed by Ryff (1995) and the scale of coping strategies developed by Lazarus and Folkman (1985). The research was conducted in Ambarawa Class II A prison with population of 146 inmates and the sample was collected using purposive sampling technique and thus, obtaining 110 inmates as the subjects. Research results is obtained using t-test with sig 2-tailed of 0.163 ( $p > 0.05$ ) as the result, in which there isn't any psychological wellbeing differences if being viewed through coping strategies.*

*Key word : Psychological well-being, coping strategies, Inmates/prisoners*

## PENDAHULUAN

Kejahatan merupakan suatu tindakan anti sosial dan juga gejala sosial yang bersifat universal. Pembunuhan, pencurian, penipuan, hingga kejahatan-kejahatan lainnya telah dimulai dari dulu sampai sekarang (Yudinanto, 2011). Menurut Sahetapy dan B. Reksodiputro (1982) bahwa kejahatan mengandung konotasi tertentu, merupakan suatu pengertian dan penamaan yang relatif, yang mengandung variabilitas dan dinamik serta berkaitan dengan perbuatan atau tingkah laku (baik aktif maupun pasif) yang dinilai sebagai suatu perbuatan anti sosial, suatu perkosaan terhadap skala nilai yang ada dalam masyarakat. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (dalam jaringan, 2015), seseorang yang sedang menjalani hukuman karena tindak pidana yang dilakukan ter hukum atau narapidana. Menurut Undang-undang No. 8 Tahun 1981 tentang Hukum Acara Pidana, pengertian terpidana adalah seseorang yang dipidana berdasarkan putusan pengadilan yang telah memperoleh kekuatan hukum tetap. Sedangkan pengertian narapidana adalah terpidana yang hilang kemerdekaan di lembaga pemasyarakatan. Undang-undang nomor 12 tahun 1995 menyatakan bahwa pemasyarakatan adalah kegiatan untuk melakukan pembinaan kepada warga binaan (termasuk narapidana) yang berdasarkan sistem, kelembagaan dan bertujuan untuk membina masyarakat untuk meningkatkan kualitas, menyadari kesalahan, memperbaiki diri, dan tidak mengulangi tindakan pidana sehingga nantinya dapat diterima kembali di lingkungan masyarakat.

Istilah penjara sendiri sekarang sudah diganti dengan lembaga pemasyarakatan atau sering disebut dengan LAPAS. Kehidupan di penjara sangatlah tidak menyenangkan, tidak ada seorangpun mantan narapidana yang menyatakan bahwa hidup di penjara adalah pengalaman yang menyenangkan. Kehidupan di dalam penjara membuat para narapidana mengalami berbagai masalah psikologis seperti

kehilangan keluarga yang kemudian berdampak pada hilangnya dukungan sosial yang sebelumnya pernah mereka terima. Selain itu berada di penjara juga menghilangkan kebebasan dan kemerdekaan mereka, kebebasan berinteraksi dengan lingkungan yang luas yang dulu pernah mereka rasakan, dan sangat memungkinkan mereka kehilangan rasa aman ketika mereka berada di lingkungan baru (Hutapea, 2011)

Kehidupan yang dijalani seorang narapidana selama berada di penjara, membuat mereka mengalami berbagai masalah psikologis antara lain kehilangan keluarga (*loss of family*), kehilangan kontrol diri (*loss of control*), kehilangan model (*loss of models*), dan kehilangan dukungan (*loss of stimulation*) (Cooke, Baldwin, & Howison, 1993 dalam Hutapea 2011). Berada di LAPAS, seorang narapidana juga akan kehilangan kebebasan atau kemerdekaan bergerak (*loss of liberty*). Syes (dalam Poernomo, 1986) menambahkan bahwa narapidana juga mengalami kehilangan yang berupa: (1) kehilangan hubungan dengan lawan jenis (*loss of heterosexual relationship*), (2) kehilangan hak untuk menentukan segala sesuatunya sendiri (*loss of autonomy*), (3) kehilangan hak memiliki barang dan mendapat pelayanan (*loss of goods and service*), (4) kehilangan rasa aman (*loss of security*). Berbagai permasalahan tersebut merupakan gangguan yang akan memengaruhi baik fisik dan psikologis seorang narapidana.

Zamble (dalam Azani, 2012), menjelaskan mengenai sikap menarik diri dari kehidupan sosial yang dialami para tahanan di dalam penjara. Para tahanan mempunyai kecenderungan menghabiskan waktu di dalam sel masing-masing atau dengan teman dekat saja. Permasalahan-permasalahan tersebut disebabkan oleh ketidakbebasan atas aturan-aturan di penjara (*loss of autonomy*). Sedangkan Kartono (dalam Yudianto, 2011), menyatakan bahwa kehidupan yang berjalan di dalam penjara memiliki kebudayaan tersendiri. Di kalangan narapidana, terdapat norma-norma, hukum-hukum, kontrol dan



sanksi-sanksi sosial serta bahasa dengan logat dan kode tersendiri. Selain itu, banyak terjadi konflik-konflik terbuka dan konflik-konflik batiniah yang serius.

Penolakan jugadatang dari pihak keluarganarapidana sendiri. Keluarga yang ditandai dengan kurangnya saling ketergantungan emosional dan kesatuan yang akan memandang kejahatan sebagai salah satu masalah yang mendatangkan aib pada seorang maupun keluarganya. Para keluarga mencoba untuk menyembunyikan tingkah laku tercela dari anggota keluarganya agar dapat menghindari “getah” pada seluruh anggota keluarga lainnya atau dapat juga dikatakan bahwa mereka kehilangan dukungan dari keluarga. Sedangkan keluarga yang memiliki tingkat kesatuan yang tinggi dan kasih sayang yang kuat dalam keluarga, aib lebih sering dilihat sebagai masalah keluarga daripada masalah pribadi (Khairudin dalam Yudianto, 2011). Melihat dari pengalaman-pengalaman seorang narapidana dilapas, sangat memungkinkan akan berpengaruh pada *psychological well-being* narapidana.

*Psychological well-being* dapat menjadikan gambaran mengenai level tertinggi dari fungsi individu sebagai manusia dan apa yang diidam-idamkannya sebagai makhluk yang memiliki tujuan dan berjuang untuk tujuan hidupnya (Snyder & Lopez, 2002 ). Ryff dan Keyes (dalam Hoyer, Rybash, dan Roodin, 1995), menyatakan bahwa individu yang memiliki *psychological well-being* yang positif adalah individu yang memiliki respons positif terhadap dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis yang berkesinambungan. Pada intinya, *psychological well-being* merujuk pada perasaan seseorang mengenai aktivitas hidup sehari-hari. Perasaan ini dapat berkisar dari kondisi mental negatif misal ketidakpuasan hidup, kecemasan, dan sebagainya sampai ke kondisi mental positif, misalnya realisasi potensi atau aktualisasi diri (Bradburn dalam Ryff & Keyes, 1995)

Carol & Ryff (1989), menemukan enam komponen fungsi *Psychological well-being* yang pertama adalah evaluasi positif seseorang mengenai diri dan masa lalu (*self acceptance*), komponen atau aspek ini menyangkut tentang sikap positif individu terhadap dirinya sendiri mengakui dan menerima semua aspek yang ada dalam dirinya termasuk hal yang baik ataupun hal yang buruk dan selalu merasa positif tentang masalahnya. Komponen kedua adalah hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with other*), hal ini bersangkutan dengan perasaan hangat, kepuasan dan rasa saling percaya dalam sebuah hubungan, hal ini juga berkaitan dengan kesejahteraan orang lain. Orang-orang dengan skor hubungan positif dengan orang lain yang tinggi akan memiliki rasa empati yang kuat, tidak hanya rasa empati tetapi juga rasa kasih sayang dan keakraban dengan orang lain, juga memahami adanya '*give and take*' dalam relasi antar manusia.

Komponen ketiga yang diungkapkan adalah autonomi, individu yang dikatakan autonom adalah mereka yang mandiri, dapat melindungi diri dari tekanan sosial, dapat mengatur semua perilaku secara sadar dari dalam diri dan juga dapat mengevaluasi diri dengan standar pribadi. Komponen selanjutnya adalah dapat menguasai lingkungan (*environmental mastery*) dimana dalam komponen ini individu memiliki kemampuan untuk mengelola lingkungannya, dan juga memiliki kontrol diri terhadap aktifitas eksternal. Selanjutnya yang diungkapkan adalah tujuan hidup (*purpose in life*), dalam penjelasannya Ryff (1995) mengungkapkan bahwa individu yang memiliki skor tinggi pada komponen ini merasakan arti dari apa yang mereka alami di masa lalu dan masa yang akan datang, memegang keyakinan akan tujuan hidup, dan juga memiliki arah dalam hidup. Komponen yang terakhir adalah perkembangan pribadi (*personal growth*) yaitu individu memiliki rasa untuk terus berkembang, melihat diri sebagai individu yang

terus berkembang, terbuka akan pengalaman yang baru dan selalu melihat peningkatan diri dan perilaku setiap saat.

Menurut penelitian yang dilakukan di sebuah penjara di Amerika Serikat tahun 1989, kehidupan yang dialami oleh narapidana sangat berbeda dengan yang ada di luar tembok penjara. Pertama narapidana dipisahkan dengan kehidupan luar, kedua narapidana tidak diberikan kebebasan untuk memilih atau membuat keputusan penting dalam hidupnya. Ketiga, keadaan lingkungan fisik penjara sangat kejam dan kurang manusiawi. Keempat, narapidana tidak memiliki privasi untuk dirinya sendiri. Kelima, kehidupan di dalam penjara penuh dengan ancaman kekerasan (Toch & Adam dalam Sanjaya, 2013).

Melihat kehidupan di LAPAS seperti yang di uraikan diatas, pastilah hal tersebut memiliki dampak dan pengaruh bagi kehidupan narapidana didalam LAPAS. Sebuah hasil penelitian di Inggris mengatakan bahwa kelebihan kapasitas di dalam penjara akan mempengaruhi perilaku, kecenderungan agresi, stres dan efektifitas penjara bagi para narapidana (Farrington, 1980). Kekerasan dan budaya penjara yang tidak sama dengan kehidupan pada umumnya tentunya akan mempengaruhi kesejahteraan dan kesehatan mental para narapidana.

Blitz (Sanjaya, 2013) mengungkapkan bahwa kekerasan yang terjadi di dalam penjara akan menyebabkan seseorang menjadi korban fisik dan korban psikis. Kekerasan yang mengakibatkan luka psikis biasanya akan muncul dalam bentuk *role of mental illness* dan *mental disorder* berupa *schizophrenia*, kepribadian bipolar, depresi, *post traumatic syndrome disorder*, dan gangguan kecemasan. Sekitar 400.000 narapidana yang berada di Inggris juga dikabarkan mengalami *mental disorder* yang diakibatkan karena permasalahan *bullying* didalam penjara, marginalisasi, dan



diskriminasi (Fraser, dalam Sanjaya, 2013). Penelitian tersebut senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Jordan (2011) tentang pengaruh setting penjara pada kesehatan mental, kesejahteraan dan implikasi pelayanan kesehatan yang berada didalam penjara. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Jordan (2011) tersebut, dikatakan bahwa kesehatan dan kesejahteraan individu baik secara fisik maupun mental akan dipengaruhi oleh tempat, lingkungan dan kebudayaan yang berkembang di kehidupan individu

Beberapa faktor yang memengaruhi tinggi atau rendahnya *psychological well-being* seseorang yaitu: usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dukungan sosial, religiusitas, kepribadian (Hutapea, 2011). Selain faktor yang telah disebutkan pada penelitian meta analisis yang telah dilakukan oleh Mawarpury (2013) mengungkapkan bahwa strategi *coping* dapat digunakan sebagai prediktor kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being*.

*Coping* dipandang sebagai mediator antara stres dan hasil adaptasi. *Coping* mengacu pada usaha kognitif dan perilaku untuk menguasai, mengurangi atau mentoleransi tuntutan internal dan/atau eksternal yang diciptakan oleh situasi transaksi yang penuh stres. Penggunaan strategi *coping* juga dipengaruhi oleh tipe kepribadian dan tipe tekanan yang di hadapi (Mawarpury, 2013). Dengan kata lain *Coping* merupakan bagian dari usaha adaptasi terhadap peristiwa-peristiwa yang terjadi karena adanya lingkungan yang membahayakan. Bolger (dalam Mawarpury, 2013) mendefinisikan *coping* sebagai aksi kepribadian dibawah tekanan, dan teori menyebutkan bahwa *coping* harus dipandang sebagai proses kepribadian. Kepribadian dapat mempengaruhi pemilihan strategi *coping* secara langsung dengan membatasi atau memfasilitasi penggunaan strategi khusus, atau secara tidak langsung dengan

mempengaruhi sifat dan tingkat keparahan *stressor* yang dialami atau efektifitas *coping* yang digunakan.

*Coping* mempunyai beberapa manfaat, yaitu menurunkan kondisi lingkungan yang membahayakan dan mengharuskan individu untuk melakukan tindakan dalam situasi yang membahayakan tersebut, untuk melakukan penyesuaian kenyataan dan peristiwa yang bersifat negatif, mempertahankan pandangan diri yang bersifat positif, mempertahankan keseimbangan emosi dan mengembangkan hubungan yang hangat dengan orang lain (Lazarus dalam Hidajati, 1996).

Strategi *coping* yang digunakan oleh individu dipengaruhi baik oleh sumber *coping* maupun pilihan-pilihan yang tersedia (Lazarus & Folkman dalam Rodriguez, 2011). Penilaian individu terhadap situasi menekan sebagai situasi berbahaya dan dikontrol akan memunculkan *coping* berfokus pada emosi sedangkan penilaian terhadap situasi tidak berbahaya dan terkontrol akan memunculkan *coping* berfokus pada masalah. Namun, kedua bentuk *coping* tersebut dapat menurunkan tekanan psikologis dan menggiring pada kesejahteraan psikologis (Scheier dalam Carver & Scheier, 1989).

Seperti yang dikemukakan oleh Lazarus & Folkman (dalam Smet 1994) bahwa *coping* adalah suatu proses di mana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan yang ada (baik tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dengan menghadapi situasi *stressful*. Skin (dalam Ananda, 2009) mengungkapkan bahwa *coping* merupakan satu usaha untuk mengurangi tekanan karena adanya masalah-masalah yang tidak terpecahkan, yang membutuhkan pemecahan yang baik.

Taylor (dalam Smet 1994) mengemukakan 2 jenis *coping* yang berbeda yaitu: *Problem Focused Coping* dan *Emotion Focused Coping*. *Problem focused coping* adalah bentuk *coping* yang diarahkan kepada upaya untuk mengurangi tuntutan dari situasi yang penuh tekanan, sedangkan *emotion focused coping* lebih diarahkan untuk mengatur respon emosi terhadap situasi yang menekan (Lazarus & Folkman dalam Ben-Zur, 2006). Dalam *problem focused coping* terdapat 3 strategi. Pertama adalah *confrontive coping*, dalam strategi ini individu mencari cara untuk merubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang agresif, tingkat kemarahan yang cukup tinggi dan pengambilan resiko. Kedua adalah *seeking social support*, individu akan berusaha untuk mendapatkan kenyamanan emosional dan bantuan informasi dari orang lain. Ketiga adalah *planful problem solving* dalam strategi ini individu berusaha untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang hati-hati, bertahap dan analitis.

Dalam *Emotion focused coping* terdapat 5 strategi, pertama adalah *self control*, dengan strategi ini individu berusaha untuk mengatur perasaan ketika menghadapi situasi yang menekan. Kedua adalah *distancing*, yaitu usaha untuk tidak terlihat dalam permasalahan, seperti menghindari dari permasalahan seakan tidak terjadi apa-apa atau menciptakan pandangan-pandangan yang positif, seperti menganggap permasalahan sebagai lelucon. Strategi yang ketiga adalah *positive reappraisal* yaitu individu akan berusaha mencari makna positif dari permasalahan dengan berfokus pada pengembangan diri, biasanya juga melibatkan hal-hal yang bersifat religius. Keempat adalah *accepting responsibility*, yaitu usaha untuk menghindari tanggung jawab diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapi, dan mencoba menjadi lebih baik. Strategi ini baik digunakan untuk masalah yang terjadi karena pikiran dan tindakannya sendiri. Terakhir adalah *escape/avoidance*, yaitu individu berusaha untuk mengatasi



situasi menekan dan lari dari situasi tersebut atau menghindarinya dengan beralih pada hal lain seperti makan, minum, merokok, atau menggunakan obat-obatan.

Dalam penelitiannya Rodriguez (2011) menyebutkan hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with other*) dan penerimaan diri (*self acceptance*) sebagai parameter kesejahteraan psikologis memiliki hubungan yang tinggi dengan *coping* konfrontatif (*confrontive coping*), sementara aspek autonomi dan penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) memiliki hubungan yang sedang dengan *coping* konfrontatif. Sedangkan aspek autonomi dan penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) memiliki hubungan yang rendah dengan *coping* menjauh (*distancing*). Pada *coping self-control* menunjukkan bahwa adanya hubungan dengan aspek autonomi, penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), dan penerimaan diri (*self acceptance*). Dari hasil penelitian tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa individu yang menggunakan *problem focused coping* memiliki hubungan yang lebih positif dengan orang di sekitarnya (*positive relation with other*), penerimaan diri (*self acceptance*) dan penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) yang baik dan juga dapat menentukan tujuan hidupnya dengan lebih baik. Hal ini karena saat individu menggunakan *problem focused coping*, mereka akan fokus pada masalah yang sedang mereka hadapi dengan cara mencari dukungan dari orang disekitar mereka, dan merencanakan bagaimana memecahkan masalahnya. Ketika individu mencoba untuk mencari dukungan dari orang lain dan merencanakan pemecahan masalah maka mereka merasa memiliki hubungan yang lebih positif dengan orang-orang di sekitarnya, dan menurut Rodriguez (2011) individu dengan perencanaan yang matang dalam menghadapi masalahnya cenderung memiliki tujuan hidup yang lebih baik.

Di dalam *problem focused coping* dijelaskan bahwa dengan *confrontive coping strategy* individu akan mencoba untuk menguasai lingkungan sekitarnya untuk menyelesaikan masalahnya sehingga *coping* jenis ini sangat berhubungan dengan aspek *enviromental mastery*. Sedangkan untuk individu yang menggunakan *emotion focused coping* akan memiliki skor tinggi pada aspek *autonomy*, *purpose in life*, dan *self accepting* hampir sama dengan mereka yang menggunakan *problem focused coping*, tetapi individu yang menggunakan *emotion focused coping* memiliki skor rendah pada *personal growth*, *environmental mastery*, dan *positive relation with other*. Hal ini karena ketika menggunakan *emotion focused coping*, individu akan berfokus bukan pada penyelesaian masalahnya tetapi akan berfokus pada emosi-emosi yang muncul, oleh sebab itu individu yang menggunakan *emotion focused coping* akan memiliki kemampuan untuk melindungi diri dari tekanan sosial dan juga mendapatkan kesadaran penuh untuk mengatur semua perilaku tetapi akan memiliki skor rendah dalam penguasaan lingkungan dan hubungan positif dengan orang lain karena individu hanya berfokus pada dirinya sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa adanya perbedaan *psychological well being* jika ditinjau dari strategi *coping* yang digunakan, namun dalam penelitian yang dilakukan oleh Angraeni dan Cahyanti (2012) tentang perbedaan *psychological well-being* ditinjau dari strategi *coping*, menunjukkan tidak adanya perbedaan tingkat *psychological well-being* ditinjau dari strategi *coping*.

Secara teoritis, pemilihan penggunaan strategi *coping* akan mempengaruhi keberhasilan dalam pencapaian *psychological well-being* pada individu (Aldwin dan Revenson, 1987). Teori ini mendukung hipotesis peneliti bahwa ada perbedaan *psychological well-being* ditinjau dari strategi *coping*. Perbedaan hasil penelitian yang

dilakukan membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian kembali tentang perbedaan *psychological well-being* ditinjau dari strategi *coping* pada narapidana.

## METODE PENELITIAN

### Identifikasi variabel

Penelitian ini merupakan penelitian komparatif, yaitu penelitian yang bersifat membandingkan. Ada dua variabel yang akan diteliti yaitu :

Variabel bebas : Strategi *coping* yang dibagi menjadi dua jenis yaitu

*Emotion Focused Coping* dan *Problem Focused Coping*

Variabel terikat : *Psychological well-being*

### Populasi dan sampel

Dalam penelitian ini responden yang berpartisipasi adalah narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Ambarawa. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan tujuan atau pertimbangan tertentu dengan menetapkan kriteria sampel. Kriteria sampel yang digunakan adalah narapidana yang telah menjalani masa tahanan lebih dari satu tahun sehingga populasi yang digunakan adalah 146 narapidana, setelah melakukan perhitungan dengan menggunakan rumus Solvin (dalam Riduan, 2005) di dapat sampel sebanyak 110 narapidana

Dari 110 data yang telah terkumpul terdapat 14 angket yang gugur maka terdapat 96 data saja yang dapat diolah. Berdasarkan hasil skoring yang dilakukan terhadap skala *coping* terdapat 26 responden yang masuk pada



kelompok *Problem focused coping* dan sebanyak 70 responden masuk pada kelompok *Emotion focused coping*.

### **Metode pengumpulan data**

Dalam penelitian ini menggunakan dua skala yaitu :

#### ***Ryff's Scale of Psychological Well-Being***

Skala *psychological well-being* yang digunakan adalah skala yang dikembangkan oleh Ryff (1995) untuk mengukur tingkat kesejahteraan psikologis individu yang terdiri dari 41 item. Skala ini menggunakan format jawaban 6 poin dengan skala Likert, yaitu : 1 (sangat tidak setuju), 2 (tidak setuju), 3 (sedikit tidak setuju), 4 (sedikit setuju), 5 (setuju), 6 (sangat setuju).

Berdasarkan hasil uji reliabilitas dan seleksi item yang telah dilakukan didapatkan reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0,819 dengan item yang gugur sebanyak 23 item sehingga didapat 18 item yang memiliki daya diskriminasi baik dengan koefisien korelasi yang bergerak dari 0,305 hingga 0,532.

#### ***Strategi coping***

Untuk skala strategi *coping* peneliti menggunakan skala yang dikembangkan oleh Lazarus dan Folkman (1985) yaitu *Ways of Coping Revised* dalam skala ini terdapat 49 item yang sudah mencakup 8 indikator dan dikelompokkan menjadi 2 strategi coping yaitu *Problem focused coping* dan *Emotion focused coping*. Skala ini menggunakan format jawaban 4 poin dengan skala Likert, yaitu : 0 (tidak digunakan), 1 (agak digunakan), 2 (sedikit digunakan), 3 (sering digunakan).

Berdasarkan hasil uji reliabilitas dan seleksi item yang telah dilakukan didapatkan koefisien *Alpha Cronbach* sebesar 0,902 dengan 22 item yang gugur

sehingga terdapat 27 item yang memiliki daya diskriminasi baik dengan koefisien korelasi yang bergerak dari 0,330 hingga 0,583, hal ini menunjukkan bahwa skala strategi *coping* yang digunakan adalah skala yang reliabel

## HASIL

### A. Analisis Deskriptif

Tabel 1. Kategorisasi *Psychological well-being*

Interval	Kategori	Psychological Well-Being	
		n	%
$108 \leq x \leq 90$	Sangat Tinggi	25	26,04
$72 \leq x < 90$	Tinggi	47	48,95
$54 \leq x < 72$	Sedang	21	21,87
$36 \leq x < 54$	Rendah	3	3,12
$18 \leq x < 36$	Sangat Rendah	0	0
		Mean: 81,86	
		SD: 11,905	
		Min: 49	
		Max: 108	
		n: 96	

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa tingkat *psychological well-being* pada 96, terdapat 25 subjek yang masuk dalam kategori sangat tinggi dengan presentase sebesar 26,04%, 47 subjek berada pada kategori tinggi dengan presentase

sebesar 48,95%, dan untuk kategori sedang terdapat 21 subjek dengan presentase 21,87%, 3 subjek yang memiliki skor *psychological well-being* pada kategori rendah dengan presentase 3,12%, dan tidak ada subjek yang memiliki *psychological well-being* pada kategori sangat rendah dengan presentase 0%. Berdasarkan rata-rata kelompok didapatkan angka 81,86 dapat dikatakan bahwa rata-rata *psychological well-being* berada pada kategori tinggi. Skor yang diperoleh subjek bergerak dari nilai minimum sebesar 49 sampai 108 dengan standar deviasi sebesar 11,905.

Tabel 2. Kategorisasi kelompok *Problem focused coping*

Interval	Kategori	Problem Focused Coping	
		n	%
$39 \leq x < 27$	Tinggi	17	65,39
$13 \leq x < 26$	Sedang	8	30,78
$0 \leq x < 12$	Rendah	1	3,85
	Mean: 29,36 SD: 6,951 Min: 9 Max: 39 n: 26		

Dari hasil perhitungan skala  *coping* terdapat 26 subjek yang masuk dalam kelompok *problem focused coping* dan 70 subjek masuk dalam kelompok *emotion focused coping*. Untuk kelompok *Problem focused coping* dengan jumlah 26 subjek terdapat 17 subjek yang memperoleh skor strategi  *coping* dengan kategori tinggi dengan

presentase 65,39%, 8 subjek berada pada kategori sedang dengan presentase 30,78%, dan sebanyak 1 subjek berada pada kategori rendah dengan presentase 3,85%. Berdasarkan rata-rata kelompok didapatkan angka 29,36 dapat dikatakan bahwa rata-rata perolehan skor strategi *coping* pada kelompok *problem focused coping* narapidana berada pada kategori tinggi. Skor yang di peroleh subjek bergerak dari nilai minimum sebesar 9 sampai 39 dengan standar deviasi sebesar 6,951.

Tabel 3. Kategorisasi kelompok *Emotion focused coping*.

Interval	Kategori	EmotionFocused Coping	
		n	%
$48 \leq x < 33$	Tinggi	54	77,14
$16 \leq x \leq 32$	Sedang	16	22,86
$0 \leq x < 15$	Rendah	0	0
	Mean: 38,64 SD: 7,368 Min: 16 Max: 48 n: 70		

Untuk kelompok *Emotion focused coping* dengan jumlah 70 subjek terdapat 54 subjek yang memperoleh skor strategi *coping* dengan kategori tinggi dengan presentase 77,14%, 16 subjek berada pada kategori sedang dengan presentase 22,86%, dan tidak ada subjek yang termasuk dalam kategori rendah dengan



presentase 0%. Berdasarkan rata-rata kelompok di dapatkan angka 38,64 dapat di katakana bahwa rata-rata perolehan skor strategi *coping* pada kelompok *emotion focused coping* narapidana berada pada kategori tinggi. Skor yang di peroleh subjek bergerak dari nilai minimum sebesar 16 sampai 48 dengan standar deviasi sebesar 7,368.

## B. Uji Asumsi

### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan Kolmogorov-Smirnov, untuk mengetahuiapabila distribusi data yang didapat adalah normal dengan melihat nilai signifikansi pada Tabel 4.menunjukkan bahwa koefisien Kolmogorov-Smirnov untuk kelompok *problem focused coping* adalah 0,698 dengan signifikansi sebesar 0,714 ( $p>0,05$ ), dan untuk *kelompok emotion focused coping* 0,988 dengan signifikansi sebesar 0,283 ( $p>0,05$ ), sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa data kelompok *Problem focused coping* dan data kelompok *Problem focused coping* adalah normal.

Tabel 4.Tabel uji normalitas

	PFC	EFC	PWB
Skor K-SZ	0,698	0,988	0,821
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,714	0,283	0.511

Sedangkan untuk keseluruhan data *psychological well-being* menunjukkan bahwa koefisien Kolmogorov-Smirnov adalah 0,821 dengan signifikansi sebesar 0,511 ( $p>0,05$ ), sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa data *Psychological well being* adalah normal.

## 2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas diperlukan sebagai asumsi yang berlaku nantinya pada tahap pengujian uji beda (*t-test*). Maksud dari uji homogenitas ini adalah untuk membuktikan ada atau tidak kesamaan dari varian dari semua data yang digunakan.

Tabel 5. Uji homogenitas data *Psychological well-being*

### Test of Homogeneity of Variances

Psychological\_well\_being

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.212	1	94	.647

Dari tabel diatas diperoleh nilai *Levene Statistic* 0,212 dengan signifikansi 0,647 ( $p > 0,05$ ). Hal itu menunjukkan bahwa data pada skala *Psychological well-being* adalah homogen.

## C. Uji Beda

Uji beda dilakukan dengan teknik uji *independent t-test* karena tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat perbedaan *psychological well-being* antara dua kelompok yaitu kelompok *Problem focused coping* dan *Emotion focused coping*

Berdasarkan hasil yang terlihat pada Tabel 6, dalam menginterpretasikan perbedaan akan digunakan *equal variances assumed*. Berdasarkan hal tersebut, terlihat bahwa sig. (2-tailed) adalah 0,163 ( $p > 0,05$ ) yang berarti tidak ada perbedaan tingkat *Psychological well-being* jika ditinjau dari strategi *coping*.

Tabel 6.Uji beda

## Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
Psychologi Equal									
cal_well_b variances	.212	.647	-1.405	94	.163	-3.823	2.720	-9.224	1.578
eing assumed									
Equal									
variances			-1.433	46.538	.158	-3.823	2.667	-9.191	1.545
not									
assumed									

## Independent Samples Test

## PEMBAHASAN

Berdasarkan  $t_{hitung}$  sebesar -1,405 dengan signifikansi sebesar 0,163 ( $p > 0,05$ ), dapat diartikan bahwa tidak terdapat perbedaan *Psychological well-being* ditinjau dari strategi *coping* pada narapidana Lapas kelas IIA Ambarawa. Tidak adanya perbedaan *Psychological well-being* jika ditinjau dari strategi *coping* kemungkinan ada beberapa

penyebab, **pertama** adalah kecenderungan individu menggunakan dua *coping*. Lazarus dan Folkman (1984) mengungkapkan bahwa individu akan menggunakan dua coping untuk satu situasi. Folkman and Moskowitz (Ben-Zur,2009), berpendapat bahwa *problem focused coping* memungkinkan individu untuk menyelesaikan masalah atau mengubah situasi, dan juga dapat membantu dalam situasi yang tidak dapat dikontrol, dalam beberapa situasi penggunaan *problem focused coping* juga dapat membantu kita untuk memahami tujuan tertentu dan memungkinkan individu untuk merasa dapat mengontrol situasi yang sedang dihadapi. sedangkan untuk *emotion focused coping* penggunaan dalam jangka pendek dapat membantu kita untuk beristirahat sejenak dan untuk menyelesaikan tugas-tugas yang lain tetapi dalam penggunaan jangka panjang tidak akan membuat kita mengubah situasi yang kita hadapi dan menyebabkan kita memutuskan hubungan dengan masalah tersebut (Lazarus,1984). Kefektifan strategi *coping* tergantung dari situasi *stress* yang sedang dihadapi oleh individu. Strategi *coping* yang digunakan oleh individu memberikan suatu keuntungan dalam menghadapi suatu situasi *stress* tertentu maka efektifitas *coping skill* yang dimiliki oleh individu dalam menghadapi suatu *stress* yang sama akan meningkat (Kling, Seltzer & Ryff, 1997).

Penyebab yang **kedua** adalah apapun strategi *coping* yang digunakan oleh narapidana akan sama saja karena untuk jangka waktu cukup lama para narapidana masih berada di lapas sehingga lingkungan yang akan mereka hadapi untuk beberapa waktu kedepan akan sama seperti saat ini. Keadaan di dalam lapas sangat berbeda dengan kehidupan masyarakat biasa, secara tidak langsung tekanan mental yang tinggi akan mempengaruhi keadaan psikis seorang narapidana ketika berada di dalam lapas. Secara umum kehidupan di penjara berpotensi tinggi dalam merusak kondisi mental seseorang, gejala-gejala psikologis yang diakibatkan oleh vonis pidana penjara terhadap



seseorang, gejala psikologis yang muncul meliputi depresi berat, cemas berlebihan dan sikap menarik diri dikarenakan para narapidana hanya menghabiskan waktu di dalam sel dan hanya berkomunikasi dengan beberapa orang saja juga karena ketidakbebasan atas aturan-aturan di dalam lapas (Zamble, Porporino, dan Bartollas dalam Azani, 2012)

Selain penyebab yang telah diuraikan, ada beberapa faktor lain yang berperan dalam *psychological well being*. **Pertama** adalah religiusitas, penelitian yang dilakukan oleh Blaine & Crocker (1994) menunjukkan bahwa religiusitas merupakan salah satu faktor yang cukup kuat dalam mempengaruhi *psychological well-being* individu. religiusitas narapidana tentunya tidak lepas dari peran penjaga dan fasilitas yang layak bagi narapidana untuk melakukan kegiatan religi. Berdasarkan hasil pengamatan, pada saat waktu beribadah memang cukup banyak narapidana yang mengunjungi tempat ibadah seperti masjid yang berada di dalam LAPAS, namun tidak sedikit juga yang mengacuhkan ketika ada bunyi tanda ibadah terdengar. Tingginya religiusitas seseorang akan mempengaruhi kemampuan seseorang untuk memahami *psychological well-being*.

Kemungkinan **kedua** adalah penyesuaian dan penerimaan diri. Perubahan besar yang terjadi dalam kehidupan seseorang menyebabkan seseorang melakukan penyesuaian psikologis (Sarafino, 2006) hal ini juga yang terjadi kepada para narapidana yang berada di LAPAS. Kebanyakan dari narapidana yang berada di LAPAS mereka sudah dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan yang berada di lapas hal ini juga tidak lepas dari masa tahanan yang sudah mereka jalani, rata-rata narapidana yang berada di LAPAS kelas IIA Ambarawa memiliki masa tahanan lebih dari satu tahun sehingga tidak akan terjadi banyak perubahan apabila dilihat dari segi lingkungan narapidana sehingga hal tersebut akan memudahkan para narapidana untuk melakukan

penyesuaian diri. Strategi coping memiliki efek yang spesifik pada penyesuaian dipenjara. Kecenderungan untuk menyalahkan orang lain, berpikir tentang masalah atau menyalahkan diri sendiri berasosiasi dengan penyesuaian diri yang rendah (Picken, 2012). Menurut Carol Ryff (1995) berpendapat bahwa kesejahteraan psikologis dapat ditandai dengan diperolehnya kebahagiaan, kepuasan hidup dan tidak adanya gejala-gejala depresi (*stress*), sehingga saat individu mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya berarti individu tersebut mampu menyelaraskan kebutuhannya dengan tuntutan lingkungan sehingga tidak merasa *stress* yang kemudian juga akan berpengaruh terhadap tingkat *psychological well-being* (Ubaidillah, 2014)

## KESIMPULAN

Penelitian mengenai perbedaan *psychological well being* ditinjau dari strategi *coping* pada narapidana LAPAS kelas IIA Ambarawa menunjukkan hasil bahwa tidak adanya perbedaan *psychological well-being* ditinjau dari strategi *coping* pada narapidana,

## SARAN

- a. Untuk narapidana di LAPAS kelas IIA Ambarawa

Diharapkan dapat mempertahankan tingkat *psychological well being* yang sudah sudah baik dengan cara mengikuti setiap kegiatan positif yang ada di LAPAS kelas IIA Ambarawa.

- b. Untuk LAPAS kelas IIA Ambarawa

1. Diharapkan dapat mempertahankan program kegiatan di bidang religi untuk mempertahankan tingkat *psychological well-being* narapidana yang sudah baik.

2. Menambah kegiatan yang menunjang narapidana agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru dan dapat menerima keadaan sekarang, seperti kegiatan renungan dengan dipimpin oleh pemuka agama masing-masing dan kegiatan lomba kreatifitas kelompok antar blok.
  3. Dapat bekerja sama dengan psikolog agar lebih bisa mengetahui kesehatan psikologis narapidana.
- c. Untuk penelitian selanjutnya
1. Diharapkan melakukan wawancara yang terstruktur kepada beberapa narapidana untuk mendapatkan informasi yang lebih banyak mengenai *psychological well-being* para narapidana agar dapat melihat faktor lain yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* narapidana.
  2. Menggunakan metode penelitian kualitatif agar dapat melihat secara lebih mendalam faktor apa saja yang mempengaruhi *psychological well-being* narapidana.
  3. Untuk alat ukur yang akan digunakan diharapkan menggunakan bahasa yang lebih mudah dimengerti oleh subjek yang akan diteliti.

## Daftar Pustaka

- Aldwin, M. C., & Revenson, A. T. (1987). Does coping help? a reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*. 52(2). 337-348
- Angraeni, T. & Cahyanti, I. Y. (2012). Perbedaan psychological well-being pada penderita diabetes tipe 2 usia dewasa madya ditinjau dari strategi coping. *Jurnal Klinis dan Kesehatan Mental*. 1(2). 79-86
- Azani. (2012). Gambara psychological well-being mantan narapidana. *EMPATHY*. 1(1). 1-18.
- Ben-Zur, H. (2006). Coping style and affect. *International Journal of Stress Management*. 16( 2). 87-101.
- Blaine, B & Crockcer, J. (1994). Religiousness, race, and psychological well-being: exploring social psychological mediators. *Journal Personality and Social Psychology*, 1031-1041.
- Carol, D & Ryff, D. (1989). Happiness is everything, or is it? exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 57(6). 1069-1081
- Hidajati, D. A.N. (1996). Strategi coping ditinjau dari tingkat pendidikan dan jenis kelamin pada penghuni rumah susun. Skripsi. Universitas Katolik Soegijapranata
- Hutapea, B. (2011). Terpenjara dan bahagia?: *psychologocal well-being* pada narapidandan ditinjau dari karakteristik kepribadian. *Proceeding PESAT Universitas Gunadarma*. 4. 143-149.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia *online*. Retrieved from:  
<http://pusatbahasa.diknas.go.id/kbbi/index.php>. Diakses tanggal: 24 Agustus 2015
- Kling, K.C., Seltzer, M.M., & Ryff, C.D. (1997). Distinctive late-life challenges: implication for coping and well-being. *Psychology and Aging* 12 (2), 288-295
- Mawarpury, M. (2013). Coping sebagai prediktor kesejahteraan psikologis. *PSYCHO IDEA*, 11(1). 38-47.
- Ogden, J. (2007). *Health Psychology a Text Book (4<sup>th</sup> ed.)*. England. Open University Press.
- Picken, J. (2012). The coping strategies, adjustment and well being of male inmates in the prison environment. *Internet Journal of Criminology*. 2045-6743. 1-29.
- Riduan. (2005). *Belajar mudah penelitian untuk guru, karyawan, dan peneliti pemula*. Bandung. Alfabeta
- Rodriguez, J. T. (2011). Psychological well-being and coping mechanisms of battered women. *Asian Journal Of Health*. 1(1): 111-127.



- Ryff, D. & Keyes, C. L. (1995). The structure of psychological well-being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 69.719-727
- Sahetapy, J.E. & Reksodiputro, B. Mardjono. (1982). *Paradoks Dalam Kriminologi*. Jakarta. Rajawali.
- Sanjaya, Y. P. (2013). Hubungan religiusitas dengan *psychological well-being* pada narapidana. *Jurnal Kepribadian dan Sosial*. 2(2).164-176.
- Sarafino, E.P. (2008). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions (6th ed.)*. USA: John Wiley & Sons, Inc.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Grasindo
- Snyder, C & Lopez, S. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. Amerika : Oxford University Press.
- Ubaidillah, Azrul. (2014). Hubungan antara kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri terhadap stress akademik pada mahasiswa baru fakultas psikologi universitas islam negeri maulana malik ibrahim malang tahun akademik 2013. Skripsi. Universitas negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Yudianto, F. (2011). Dinamika *psychological well-being* pada narapidana. Skripsi. Universitas Sumatera Utara